

7月 ITOMAN NISHIKOBE MASTARS CLASS Monthly Menu

| 1週目 | 7月2日(木) | | | 7月4日(土) | | | 7月5日(日) | | | 7月6日(月) | | | 7月7日(火) | | |
|-----|----------|------------|-----|----------|------------|----|----------|----|-----|----------|----|-----|----------|----|-----|
| AM | 初中級 | 酒井 | BR | 初中級 | 磯野 | FR | 初中級 | 林 | BA | 初級 | 徳田 | BR | | | |
| | 上級 | 磯野 | FLY | 上級 | 徳田 (山中) | IM | 上級 | 徳田 | BR | 中級 | | | | | |
| | アスリート | 上根 | FR | アスリート | | | アスリート | 餅月 | BA | 上級 | 林 | FR | | | |
| PM | 初中級 | 林 (上根) | BA | | | | | | | | | | 初中級 | 林 | FR |
| | 上級 | | | | | | | | | | | | 上級 | 餅月 | FLY |
| | アスリート | 餅月 | FLY | | | | | | | | | | アスリート | 徳田 | BA |
| 2週目 | 7月9日(木) | | | 7月11日(土) | | | 7月12日(日) | | | 7月13日(月) | | | 7月14日(火) | | |
| AM | 初中級 | 磯野 | BA | 初中級 | 磯野 | BR | 初中級 | 餅月 | FR | 初級 | 林 | BA | | | |
| | 上級 | 酒井 | BA | 上級 | 徳田 (山中) | IM | 上級 | 林 | FR | 中級 | | | | | |
| | アスリート | 上根 | BR | アスリート | | | アスリート | 徳田 | FLY | 上級 | 徳田 | FLY | | | |
| PM | 初中級 | 餅月 (西田) | BR | | | | | | | | | | 初中級 | 徳田 | BR |
| | 上級 | | | | | | | | | | | | 上級 | 林 | BA |
| | アスリート | 林 | BA | | | | | | | | | | アスリート | 餅月 | BR |
| 3週目 | 7月16日(木) | | | 7月18日(土) | | | 7月19日(日) | | | 7月20日(月) | | | 7月21日(火) | | |
| AM | 初中級 | 酒井 | FR | 初中級 | 磯野 | BA | 初中級 | 徳田 | BR | 初級 | 徳田 | FR | | | |
| | 上級 | 磯野 | BR | 上級 | 徳田 (山中) | IM | 上級 | 餅月 | FLY | 中級 | | | | | |
| | アスリート | 上根 | FLY | アスリート | | | アスリート | 林 | FR | 上級 | 林 | FLY | | | |
| PM | 初中級 | 林 (西田) | FR | | | | | | | | | | 初中級 | 餅月 | BA |
| | 上級 | | | | | | | | | | | | 上級 | 徳田 | FR |
| | アスリート | 餅月 | BR | | | | | | | | | | アスリート | 林 | FLY |
| 4週目 | 7月23日(木) | | | 7月25日(土) | | | 7月26日(日) | | | 7月27日(月) | | | 7月28日(火) | | |
| AM | 初中級 | 磯野 | | 初中級 | 磯野 | FR | 初中級 | 林 | BA | 初級 | 林 | BR | | | |
| | 上級 | 酒井 | | 上級 | 徳田 (山中) | IM | 上級 | 徳田 | BA | 中級 | | | | | |
| | アスリート | 上根 | | アスリート | | | アスリート | 餅月 | BR | 上級 | 徳田 | BR | | | |
| PM | 初中級 | 餅月 | | | | | | | | | | | 初中級 | 林 | FR |
| | 上級 | | | | | | | | | | | | 上級 | 餅月 | FLY |
| | アスリート | 林 | | | | | | | | | | | アスリート | 徳田 | FR |

FLY→バタフライ BA→背泳ぎ BR→平泳ぎ FR→クロール IM→個人メドレー

※スクール事情により担当コーチが当日変更になる場合がございます。